20 minuti

TICINO
Giovedì 19 settembre 2024
10° / 20°

L'esercito ha bisogno? «Paghino gli stranieri»

BERNA La proposta arriva dall'Udc proprio mentre si discute sui fondi per il rafforzamento dell'esercito. L'idea è semplice e pare piacere ai partiti borghesi: attingere dagli stranieri che risiedono permanentemente in Svizzera, imponendo loro la tassa d'esenzione dall'obbligo militare. Un po' come avviene già per gli svizzeri che non prestano servizio o lo fanno parzialmente. PAGINA 4

TICINO

Incendiario in prigione Resta la paranoia PAGINA 2

TICINO

Cimici: niente batte il fiuto dei cani PAGINA 3

MONDO

L'esplosivo nei pager e i cyber 007 PAGINA 6

SPORT

Eroe di Italia '90, Totò se n'è andato PAGINA 11

IMAGO/MEDIAPUNCH

Cosa non si fa, per rimanere belle

PAGINA 9

Per ora "lui" è in carcere

Il luogo del doppio rogo. LETTORE TIO/20MIN

BELLINZONA Aveva appiccato due incendi in 24 ore. Nella palazzina resta alta la paranoia di un possibile ritorno dell'inquilino.

Al numero 11 di via Caratti a Bellinzona non si dormono sonni tranquilli. A fine agosto un 30enne eritreo ha dato fuoco per due volte in 24 ore al suo appartamento. Il culmine di una serie di episodi controversi. E nonostante al momento l'uomo si trovi in carcere e sia stato sfrattato, la paura che torni di nuovo sul posto sfiora la paranoia.
La conferma della carcerazione dell'uomo arriva dal Ministero pubblico, interpellato da tio.ch. «Il 30enne cittadino eritreo – spiega il portavoce – si trova attualmente in stato di carcerazione preventiva. La misura restrittiva della libertà è stata nel frattempo confermata dal giudice dei provvedimenti coercitivi per un periodo di tre mesi. Al momento, per quanto riguarda l'inchiesta, si attende l'esito di una perizia psichiatrica».
Nello stabile di via Caratti tuttavia la serenità è ancora lontana. «Parlo spesso con gli inquilini – sussurra il custode –. Qui ci sono 20 appartamenti. Quello che è capitato ha sconvolto tutti. La polizia era di casa. Ma lui è sempre tornato dopo i suoi disastri. E quindi abbiamo paura che in qualche modo torni anche stavolta, anche se il suo appartamento è distrutto dalle fiamme. Prima o poi dal carcere uscirà...».
Il 30enne eritreo abusava di alcol. A tal punto da risultare problematico anche al di fuori delle mura di casa. Alcuni testimoni raccontano che più di una volta aveva causato risse nei locali della regione.
La paranoia attorno alla palazzina è talmente alta che di recente è stata allertata la polizia per un falso allarme. C'era chi credeva di avere visto il 30enne nei pressi nello stabile. Il custode guarda avanti. E lancia un appello alle autorità. «È una persona che necessita di essere seguita. Magari la si può anche aiutare. Noi vogliamo che non torni più qui».
PATRICK MANCINI

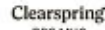
Nuovo record per il Clean-Up-Day

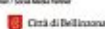
BELLINZONA Ben 1151 allievi delle Scuole comunali di Bellinzona hanno aderito al CleanUp-Day 2024. Si tratta di un vero e proprio record. Tra gli iscritti figuravano le sedi di Bellinzona, Camorino, Claro, Giubiasco, Gorduno e Sementina, le cui classi si sono impegnate nell'azione di pulizia del territorio, contribuendo al successo dell'iniziativa. Lo stesso hanno fatto alcune associazioni, enti e aziende.

CITTÀ DI BELLINZONA

Nuove regole sotto i portici di Locarno

LOCARNO Garantire la circolazione pedonale, delimitare gli spazi occupabili dai commercianti e curare l'arredo. Sono gli obiettivi contenuti nell'ordinanza che regola il comparto del Centro urbano – compresi Piazza Grande e Largo Zorzi – entrata in vigore alla fine dell'anno scorso e sulla quale il Comune si è confrontato con gli esercenti.
Tra i punti salienti per i portici ci sono il mantenimento di pavimenti e soffitti allo stato originale, senza coperture o elementi appesi oltre a un'illuminazione unitaria. Anche le insegne dovranno seguire delle chiare disposizioni su dimensioni e posizione.
È poi stata evidenziata l'importanza del divieto di passaggio sotto i portici di biciclette e monopattini, sulla base del principio che si tratta di un percorso pedonale equiparabile a un marciapiede.
Il termine prefissato per mettere in essere tali direttive, dopo ulteriori, possibili confronti con i commercianti, è marzo 2025.

FOTOPEDRAZZINI

TIO/DEPOSIT

Caccia alle cimici

LUGANO Per rilevare la presenza di questi animaletti non c'è strumento che batta il fiuto dei cani.

Sono piccole, furbe e si infilano in ogni spiraglio lasciato libero. E una volta insediate, rimuoverle non è affatto facile. Le cimici da letto sono una piaga tanto scomoda quanto dannosa per la salute.

E se per la disinfestazione ci affidiamo alle tecnologie più svariate, per rilevare la presenza delle cimici non c'è strumento che batta il fiuto dei cani. «Grazie alle loro capacità, i cani riescono a stanare anche piccole quantità di cimici dei letti, in modo molto rapido», ci confida Ursula Minder, conducente di Xana, attualmente l'unico cane da rilevamento di cimici dei letti in Ticino certificato dalla Bed Bug Foundation.

Ma come funziona l'addestramento? «Innanzitutto si insegna al cane a riconoscere l'odore. Poi deve imparare a cercare gli insetti nei posti giusti. E infine deve essere in grado di segnalarlo, di farci capire il luogo preciso in cui le cimici si nascondono. Il cane è capace di trovare un paio di cimici dietro a un armadio oppure sotto un tappeto». Xana fa parte dell'associazione Detection Dogs Ticino. «Altri sei binomi stanno però completando la formazione». In poco tempo sarà quindi disponibile un'intera squadra. «Purtroppo è un servizio ancora poco conosciuto. Ho saputo di un caso in Capriasca dove è stato chiamato un team di cani da Berna. È un peccato perché anche in Ticino siamo ben attrezzati».

Ma quali sono le caratteristiche che l'animale deve possedere per aspirare alla certificazione? «Niente di particolare, deve essere disposto e aver piacere a lavorare assieme al suo conducente. Più o meno qualsiasi cane può svolgere questo ruolo».

E i cani, in questo esercizio, sono insuperabili. «La cimice dei letti detesta la luce, esce solo al buio, sono campioni nel nascondersi. Se ce ne sono tante, i segni che lasciano sono chiari: le feci, piccoli puntini scuri. All'inizio dell'infestazione invece è difficile trovarli, ma il cane li trova subito».

SIMONE RONCORONI

A Vezia si cercano nuovi pattugliatori

VEZIA Il Municipio di Vezia, «a titolo avventizio e a tempo parziale», assume pattugliatori scolastici. Gli interessati possono inoltrare la loro candidatura, mediante un semplice scritto, alla cancelleria comunale, entro le 12 di lunedì 30 settembre.

TIPRESS

Per l'esercito «paghi lo straniero»

BERNA Mentre si discute su come finanziare il rafforzamento dell'esercito arriva la proposta dell'Udc, che propone la "tassa sicurezza".

Un assaggio del dibattito che occuperà il Consiglio nazionale, in relazione agli stanziamenti per il rafforzamento dell'esercito, arriva dall'Udc. La proposta, anticipata dai quotidiani di CH Media, è di quelle che potrebbero far discutere. L'idea infatti è di attingere dagli stranieri che risiedono permanentemente in Svizzera, imponendo loro la tassa d'esenzione dall'obbligo militare. Un po' come già accade per gli svizzeri che non prestano servizio militare o lo prestano solo parzialmente. «I cittadini svizzeri offrono il loro contributo per la sicurezza del Paese. Gli stranieri ne beneficiano senza dover dare nulla in cambio», ha spiegato il consigliere nazionale Udc Alfred Heer. La tassa dovrebbe essere la stessa prevista per gli uomini svizzeri, cioè il tre per cento del reddito imponibile, ogni anno, così come calcolato nell'ambito dell'imposta federale diretta. Importo minimo: 400 franchi. Questa tassa, secondo i calcoli di CH Media, potrebbe portare nelle casse dell'esercito altri 200 milioni di franchi annui.

Se la proposta rischia di incontrare un muro, almeno a sinistra, sembra poter essere accolta quantomeno con interesse dal fronte centista. Il consigliere nazionale Martin Candinas (Il Centro) ritiene che valga «la pena di esaminarla». Sembra aperto all'idea anche il consigliere nazionale del Plr Heinz Theiler: «Ci sono molti stranieri che crescono qui e rinviano la loro naturalizzazione per non dover prestare servizio militare», ha fatto notare.

In giugno il Consiglio degli Stati ha deciso di mettere a disposizione dell'esercito, per i prossimi quattro anni, quattro miliardi di franchi in più rispetto a quanto richiesto dal Consiglio federale. Su questo punto si attende l'ok anche da parte del Consiglio nazionale. **RED**

Berset e il suo nuovo lavoro

STRASBURGO Primo giorno di lavoro in qualità di segretario generale del Consiglio d'Europa per l'ex consigliere federale Alain Berset, che da ieri ricopre ufficialmente la nuova carica. Molte le sfide che attendono Berset alla guida di un ente la cui reputazione non sta andando benissimo. In qualità di segretario generale, Berset è responsabile della gestione strategica e ha circa 1 800 dipendenti alle sue dipendenze. La sua prima priorità sarà quella di occuparsi della guerra in Ucraina, dato che il Consiglio d'Europa vuole istituire un registro di tutti i danni subiti dal Paese a causa della guerra, che servirà come base per i risarcimenti a lungo termine. Inoltre Berset dovrà avviare dialoghi con altre potenze mondiali, ad iniziare dalla Cina e dall'India. Al di là degli impegni meramente professionali e diplomatici come cambia da oggi la vita di Berset? Innanzitutto cambia il suo stipendio. Il segretario generale del Consiglio d'Europa guadagna poco più di 215mila euro, a cui si devono sommare indennità varie. Soldi che vanno ad aggiungersi alla sua attuale rendita da ex consigliere federale, che si aggira attorno ai 230mila franchi. Inoltre Berset potrà alloggiare a Strasburgo nella nobiliare Villa Massol e potrà avere anche un autista privato. **RED**

AFP

Così ha preso fuoco la mongolfiera

ZUGO Una fuoriuscita di gas liquido provocata da un problema tecnico e la gondola ha preso fuoco. Il Servizio d'inchiesta svizzero sulla sicurezza (Sisi) ha chiarito quali sono state le cause esatte dell'incendio scoppiato nel giugno del 2023 su una mongolfiera a Hünenberg (ZG). Un incidente provocato da una valvola difettosa e dal distacco della bombola che il pilota ha tentato di richiudere, invano. Sei dei sette passeggeri avevano riportato ferite.

POLIZIA ZUGO

Trovato morto un uomo a Glattbrugg

GLATTBRUGG La Polizia cantonale di Zurigo ha arrestato due cittadini svizzeri, di 40 e 54 anni, sospettati di aver commesso un omicidio. I due avrebbero ucciso un 34enne originario dello Sri Lanka trovato senza vita ieri mattina dai servizi di emergenza in un appartamento a Glattbrugg (ZH). Le prove raccolte fanno presumere si tratti proprio di un omicidio. Polizia e procura hanno aperto un'inchiesta.

Uso di armi Ue in Russia? Si vota

STRASBURGO Si o no? Questa mattina l'Eurocamera sarà chiamata a votare una risoluzione in cui viene chiesto di «revocare immediatamente» tutte le restrizioni sull'uso degli armamenti occidentali consegnati all'Ucraina «contro obiettivi militari legittimi sul territorio russo». Ne ha dato notizia l'Ansa. La motivazione – supportata dai gruppi dei popolari, dei liberali e dei socialisti – risiede nel fatto che le suddette limitazioni «ostacolano» le capacità di Kiev di esercitare il proprio diritto all'autodifesa, lasciando così l'Ucraina esposta. Nel testo viene pure chiesto di «astenersi dal ridurre i contributi».

Fra scoppi e razzi, la tensione è alle stelle

AFP

BEIRUT Dopo i pager è il turno dei walkie-talkie. Una raffica di esplosioni in tutto il Libano, ieri in giornata, ha causato la morte di almeno 14 persone e il ferimento di oltre 450. A detonare, riportano fonti interne di Beirut, sarebbero una serie di dispositivi di comunicazione acquistati in blocco assieme agli stessi cercapersone (vedi articolo sotto). Una mossa, quella che si addita ai servizi segreti israeliani, che potrebbe far esplodere quella che è già una polveriera. L'allarme arriva dalle Nazioni Unite, con la preoccupazione del Segretario generale António Guterres per «il serio rischio di una drammatica escalation in Libano» e la condanna dell'Alto commissario Volker Türk che ha parlato «di una violazione seria del diritto internazionale e dei diritti umani». E se l'Iran ha gioco facile a fare la voce grossa contro Gerusalemme, a ribollire – di rabbia e paura – è soprattutto il popolo libanese sceso in strada in massa per i funerali delle vittime ma anche in cortei di protesta. Da Hezbollah, infine, il monito «di una vendetta sanguinosa» mentre da ambo le parti del confine le parti si sono scambiati salve di razzi. **RED**

AFP

Gli 007 e le bombe cyber

BEIRUT Dispositivi elettronici che si trasformano in ordigni: i cercapersone imbottiti con meno di 20 grammi di "Petn", l'esplosivo usato nell'attacco a Hezbollah.

Cercapersone ma anche walkie talkie (vedi articolo sopra): esplodono. È un deciso passo in avanti nei sistemi di aggressione tecnologica e con un prezzo in termini di morti e feriti probabilmente mai come in questa occasione dimostratosi così caro: con quasi 4mila feriti e 18 morti nella vicenda dei pager. Hezbollah addita i servizi di intelligence israeliani: per i miliziani sono stati loro a riempire di esplosivo "Petn" (Tetranitrato di pentaeritrite) migliaia di cercapersone che avevano tra le mani. Prima di finire nelle loro, però, sarebbero arrivate in quelle di qualche 007 – come riferiscono diverse fonti – che li avrebbero imbottiti con circa 20 grammi della sostanza deflagrante. Secondo fonti di Sky News Arabia, «l'agenzia di spionaggio del Mossad ha posizionato l'esplosivo nei dispositivi e li ha fatti esplodere da remoto dopo avere provocato l'aumento della temperatura delle batterie». Un'ipotesi che – come ha scritto il Wall Street Journal – suffragherebbe le testimonianze rese da alcuni membri di Hezbollah che hanno dichiarato di avere notato un anomalo surriscaldamento del loro dispositivo. Ma come è stato possibile che migliaia di pager esplodessero tutti nello stesso momento (intorno alle 15.30) e in luoghi anche lontani fra loro? Un membro del Corpo dei Guardiani della rivoluzione ha detto al New York Times che i dispositivi hanno emesso un segnale di circa 10 secondi prima di deflagrare, inducendo i possessori ad avvicinare il proprio apparecchio al volto per cercare di leggere il messaggio. Le immagini provenienti dagli ospedali di Beirut testimoniano proprio di persone dilaniate in viso. E sul fatto che il misterioso segnale acustico sia stato proprio la sorgente di attivazione per innescare l'esplosione, convergono le analisi di diversi esperti, che rilevano che quasi sicuramente chi ha agito lo ha fatto anche attraverso l'uso di frequenze radio. «Probabilmente gli agenti israeliani hanno intercettato i cercapersone in qualche punto della catena di fornitura», ha dichiarato Emily Harding, vicedirettore del Programma di sicurezza internazionale presso il Center for Strategic and International Studies di Washington. Di parere opposto è il direttore di Armament Research Services, una società statunitense di ricerca sulle armi. Ma chi fabbrica i pager che sono esplosi? La domanda conduce a Taiwan, dove c'è la Gold Apollo che produce quel modello saltato in aria. «Non li abbiamo prodotti noi» hanno affermato, ma «sono stati gestiti dalla Bac di Budapest», che però nega. **G.M.**

Nato a Lugano, il Plan ₿ Forum sbarca a El Salvador

La città in riva al Ceresio e il progetto Plan ₿ esportano il loro evento di punta. Dopo la due giorni al Palazzo dei Congressi (25 e 26 ottobre 2024), verrà inaugurata una nuova edizione dedicata a San Salvador (30 e 31 gennaio 2025)

L'ufficializzazione è arrivata la scorsa settimana: sta per arrivare il primo Plan ₿ Forum El Salvador, che si terrà il 30 e 31 gennaio 2025, nella capitale del paese centroamericano. «Siamo entusiasti di annunciare questo evento – ha dichiarato Paolo Ardoino, Ceo di Tether – perché rappresenta una pietra miliare significativa nella nostra missione di promuovere la libertà finanziaria e l'innovazione in tutto il mondo». Il Forum, che si svolgerà presso il Museo d'Arte di El Salvador e il vicino Sheraton Presidente Hotel, «riunirà innovatori, leader di pensiero e stakeholder chiave dei settori Bitcoin, peer-to-peer e digital assets per dare vita a discussioni illuminanti, opportunità di networking e presentazioni uniche», come si legge nella notizia pubblicata sul sito di Tether.

Da Lugano all'espansione globale

Si scaldano i motori, quindi, per il battesimo di questo prestigioso evento internazionale che affonda le sue radici proprio in Ticino: il progetto Plan ₿ – di cui il Forum è la manifestazione annuale più importante, ormai riconosciuta da addetti ai lavori e appassionati come la più importante conferenza Bitcoin in Europa – è infatti nato a Lugano, il 3 marzo 2022, con l'obiettivo di potenziare l'infrastruttura finanziaria e tecnologica della città e posizionarla come centro di riferimento internazionale per l'adozione della blockchain e delle valute digitali. «La missione rimane invariata, con il progetto Plan ₿ che cercherà di replicare i successi maturati in Svizzera a El Salvador, promuovendo ulteriormente l'adozione e l'integrazione di Bitcoin e della tecnologia peer-to-peer su scala globale», sottolinea la nota di Tether.

Leggi l'articolo completo su tio.ch

El Salvador: cos'è l'Ufficio Nazionale Bitcoin

Stacy Herbert, Direttrice dell'ONBTC: «Integriamo Bitcoin nell'economia salvadoregna per promuovere una rinascita culturale, artistica e sociale».

«L'Ufficio Nazionale Bitcoin (ONBTC) della Presidenza di El Salvador non mira solo a integrare ulteriormente Bitcoin nell'economia del paese, ma anche a favorire un rinascimento culturale, artistico e psicologico». Indirizzo netto, ma anche coraggioso, quello che emerge dall'articolo che racconta lo stato dell'arte nella cosiddetta "Nazione Bitcoin", appunto quella centroamericana.

Uno scenario che prende forma grazie all'intervista rilasciata da Stacy Herbert, Direttrice dell'ONBTC, già speaker al Plan ₿ Forum, a Bitcoin Magazine. La protagonista ha condiviso la sua visione, gli obiettivi da centrare e i traguardi già raggiunti dall'ufficio nei primi 21 mesi di attività. «Qualcuno deve essere il custode e il divulgatore di questa visione. C'è una montagna di lavoro da fare. Quando devi percorrere mille miglia e hai fatto solo il primo passo, sembra un cammino lungo. Aiuta molto, però, se c'è qualcuno che dice: "Siamo un passo più vicini, e l'obiettivo non è un miraggio"», ha dichiarato Herbert, citando Steve Jobs. La sua avventura nell'universo Bitcoin nasce nel 2010, quando lei e il suo compagno, Max Keiser, anch'egli più volte presente a Lugano, hanno scoperto la valuta digitale creata dal misterioso Satoshi Nakamoto e ne sono diventati, poco dopo, tra i primi sostenitori e portavoce. A molti anni di distanza, quella missione oggi ha coinvolto anche il primo cittadino di El Salvador, Nayib Bukele, così come la burocrazia e i residenti del paese che presiede: un indirizzo che ha trasformato il piccolo stato del LATAM in un autentico "caso" per il grande pubblico – che vi abbiamo già raccontato in più occasioni in queste pagine – e in un caso studio di riferimento per la comunità internazionale Bitcoin.

Leggi l'articolo completo su tio.ch

IMAGO

«Ho trovato il mio André»

BELLINZONA Cristina D'Avena canterà i suoi successi all'Espocentro di Bellinzona e come Lady Oscar rivela di aver trovato l'amore.

60 anni compiuti lo scorso 6 luglio e oltre 40 anni di successi per bambini. Lei è la regina incontrastata delle sigle dei cartoon: Cristina D'Avena, in concerto all'Espocentro di Bellinzona domenica 22 settembre.
«Sono l'ospite d'onore e porterò tutti i brani che il pubblico mi chiede. Ci divertiremo molto».
Cristina, il successo nell'ambiente crea invidia?
«Diciamo che io faccio parte di una categoria diversa, perché canto le sigle di cartoni e non canzoni pop: sto nel mio, come si suol dire. È ovvio che un po' di invidia e gelosia ci sono state, ci rimani male, ma vai avanti».
La carriera ti ha tolto qualcosa?
«Ho iniziato a 16 anni con le sigle come lavoro e ho dovuto sacrificare amici e un po' della mia fanciullezza perché ero impegnata. Ma lo facevo con amore e le amicizie le ho portate avanti lo stesso. Rifarei tutto altre migliaia di volte».
Oggi rispetto al passato i cartoon sono diversi.
«Una volta le storie erano molto più lente, sofferte, drammatiche e succedeva di tutto in famiglia. Ora sono episodi molto più veloci; alcuni altrettanto carini, altri meno».
Cartoni come Lady Oscar – nata donna ma cresciuta con un padre che la vuole uomo – hanno introdotto il tema del genere.
«È un cartone interessante, molto avanti e nessuno si è scandalizzato».
E come Lady Oscar, hai trovato il tuo André?
«Sì, André ce l'ho, e anche bello: sono innamoratissima. Ovviamente sono molto riservata, ma ce l'ho».
E come reagisci ai commenti piccanti quando giochi sui social con immagini sexy?
«Mi diverte, ma fino a un certo punto e quando si va oltre chiedo contegno. Però fa parte del gioco, se metti una foto ti devi aspettare di tutto».
Cartone preferito?
«Kiss me Licia».
Dove, nella successiva serie tv, hai interpretato Licia.
«Bellissima esperienza, ho lavorato tantissimo con successi pazzeschi. Lo rifarei ancora».
PAOLO CONTANGELO

Gianna Nannini a Moon & Stars

LOCARNO Il ritorno di Gianna Nannini a Locarno. La rockstar senese sarà infatti sul palco di Moon&Stars il 17 luglio del 2025. A sette anni dall'ultima apparizione in terra ticinese, la cantautrice torna a far vibrare con il suo rock tagliente Piazza Grande. I biglietti per assistere al concerto della Gianna nazionale saranno in prevendita a partire da mercoledì 25 settembre alle ore 12.

IMAGO/AVALON.RED

IMAGO/MEDIAPUNCH

La bellezza, a tutti i costi

ZURIGO Intervista doppia a Demi Moore e Margaret Qualley che in "The Substance" interpretano la stessa donna, prima e dopo una magica cura.

Una "sostanza" quasi magica che se assunta permette di riportare il proprio corpo allo splendore della giovinezza. Una benedizione o una maledizione sotto mentite spoglie?
È questa la domanda che si pone il film fanta-thriller "The Substance", osannato dalla critica festivaliera (fra Toronto e Cannes) e questo mese anche nelle sale della Svizzera interna (in Ticino ci toccherà aspettare ancora un po').
Sullo schermo la protagonista è interpretata da Demi Moore (in una prova strepitosa, dice chi ha già visto il film) e la stellina di Hollywood in ascesa Margaret Qualley ("C'era una volta... a Hollywood" e "The Maid").
20 Minuten le ha intervistate entrambe.

Demi Moore, dopo il suo 60esimo compleanno, ha dichiarato che anche le sessantenni hanno il diritto a sentirsi sexy. Perché quindi ha accettato di impersonare una donna che rivuole disperatamente il corpo della sua gioventù?
Perché è un sentimento condiviso da tutte le donne, e "The Substance" lo affronta in un modo davvero unico. Penso che, per quanto riguarda il piano umano, questo film potrebbe contribuire a un cambiamento culturale.

Come?
Potrebbe essere il seme da cui nasce una riflessione più ampia e un maggiore apprezzamento per il nostro corpo, e per noi stessi. Perché mentre rincorriamo il canone ideale – fra un metodo che promette il ringiovanimento miracoloso e un super integratore vitaminico – perdiamo di vista la nostra bellezza naturale.

Margaret Qualley, nel film "The Substance" tu rappresenti il giovane corpo tanto anelato dal personaggio di Demi. Pensi che, in futuro, riuscirai a non "cadere" anche tu nello stesso desiderio?
Qualley: Penso che il problema stia nel fatto che pensiamo di avere il controllo su come saremo fisicamente in futuro. Penso che la serenità stia nel lasciare cadere questa fissazione. Se, invece, ascoltiamo di più il nostro corpo e ci sentiamo bene per come siamo, questo non potrà che vedersi anche al di fuori.
Moore: Nella vita, per stare bene, è importante decidere su cosa focalizzarsi. Ogni giorno possiamo dedicare un momento per apprezzare il nostro corpo così com'è, senza rincorrere ideali irraggiungibili. Certo, su Instagram basta un "like" su una bella foto per avere un breve scatto di felicità, quella piccola "botta" di dopamina. Ma, si sa, quell'euforia svanisce in fretta. La vera serenità, quella che dura nel tempo, arriva solo quando riusciamo a sentirci davvero a nostro agio e soddisfatti con noi stessi e con il nostro corpo, così com'è.

DARIO AEBERLI

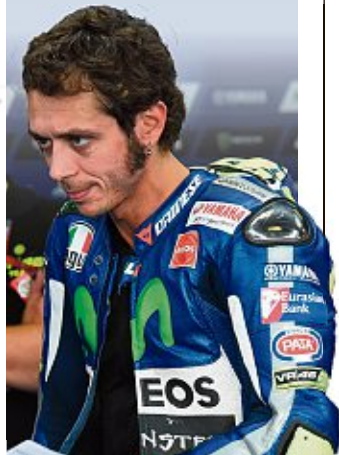
Commosso addio a Totò Schillaci

PALERMO Si è spento all'età di 59 anni Salvatore "Totò" Schillaci, eroe delle notti magiche del Mondiale italiano del 1990. Sottoposto, negli anni scorsi, a due operazioni per un tumore al colon, negli ultimi mesi l'ex calciatore azzurro ha visto peggiorare le sue condizioni fino al ricovero dello scorso 7 settembre all'Ospedale Civile di Palermo. In timida ripresa negli ultimi giorni, da martedì ha avuto un crollo, che l'ha condotto alla morte. Una folla commossa si è radunata davanti alla struttura del capoluogo siciliano. E tanti, amici e semplici tifosi, gli daranno un ultimo saluto passando per la camera ardente, allestita al "Renzo Barbera", stadio del Palermo.

Eroe mondiale. IMAGO

IL SORPASSO... A DUE RUOTE

Marquez-Rossi del 2015? Scorrettezza troppo grande per essere dimenticata. Valentino non potrà mai sotterrare l'ascia di guerra.

Leggi su tio.ch/vale2015

Vittoria e primato per il Lugano

LOSANNA Tra sfortune e colpe varie, il Lugano non ha fallito il test di Losanna: ha regolato 2-1 i vodesi, centrando un successo che gli ha garantito la vetta della graduatoria.
Il recupero della quinta giornata di Super League è iniziato nel peggiore dei modi per i bianconeri che, privi dell'infortunato Przybylko, dopo una manciata di minuti hanno perso anche Vladi. Senza una prima punta di ruolo Croci-Torti ha fatto di necessità virtù, inserendo Bottani ma, contemporaneamente, chiedendo ai suoi di seguire alla lettera il piano partita. E questo hanno fatto i ticinesi che, tecnicamente migliori ma anche mentalmente più maturi dei padroni di casa, si sono mossi da grande squadra. Hanno trovato il vantaggio prima dell'intervallo grazie a un'autorete di Poaty su iniziativa di Zanotti e poi hanno a lungo gestito. Nella ripresa hanno controllato il Losanna, sfiorando il raddoppio in un paio di occasioni (clamorosa una di Aliseda) per poi piazzarlo (proprio con Aliseda) al 77'. Assoluto padrone in campo, il Lugano ha comunque trovato anche il modo di tremare, soffrendo il ritorno dei vodesi (palo di Ajdini) e vedendo Saipi incertissimo in occasione del gol dell'1-2 di Diabaté. Quel "punto" è arrivato in ogni caso tardissimo. Troppo perché i bianco-blù potessero caricarsi. Troppo perché i bianconeri potessero davvero avere paura. **RED**

I bianconeri non hanno troppo penato contro i vodesi. FRESHFOCUS

SUPER LEAGUE
Ieri
Losanna-Lugano 1-2
Classifica: Lugano 13 punti; Servette 12; Zurigo e Lucerna 11; Basilea, San Gallo e Sion 10; Yverdon 5; GC, Winterthur e Losanna 4; YB 3.

Il Lugano si sbloccherà in casa?

LUGANO Lugano e Davos hanno entrambe "bucato" il loro esordio nel nuovo campionato, perdendo rispettivamente a Zugo e in casa contro il Kloten ai rigori. Questa sera le due squadre si troveranno una di fronte all'altro alla Cornèr Arena nel tentativo di sbloccare la casella delle vittorie (ingaggio d'inizio alle 20). Con un Calvin Thürkauf in più nel motore – il capitano era squalificato per uno slew-footing commesso nell'ultima partita dello scorso campionato – Luca Gianinazzi si augura che i suoi possano ridurre al minimo gli errori e le disattenzioni, costate tre reti nei primi 14' della sfida della Bossard Arena. Dall'altra parte i nuovi innesti gialloblù sembrano avere il bastone caldo, visto che Adam Tambellini e Simon Ryfors hanno già timbrato il cartellino contro il Kloten. In attesa che si sblocchi Filip Zadina, uomo da 91 punti in 262 match in NHL.
Ieri intanto l'HCL ha ufficializzato l'ingaggio di Nick Meile fino al 2026. In arrivo dal Berna, il 20enne difensore ha finora giocato 8 partite in NL con gli Orsi e 42 in Swiss League con Langenthal e Basilea. Ha inoltre disputato tre Mondiali U20 e uno con la U18. Il club ricorda infine che questa sera sarà allestita in pista una raccolta fondi in favore dei comuni della Vallemaggia duramente toccati dal maltempo di fine giugno. **FB**

Müller e il suo HCL a caccia della prima vittoria stagionale. FRESHFOCUS

Altro spettacolo

CALCIO Il secondo giorno di Champions League si è aperto con il pareggio senza reti tra Bologna e Shakhtar Donetsk e con la vittoria dello Sparta Praga sul Red Bull Salisburgo (3-0). Lo spettacolo di una coppa che ieri sera ha regalato match di altissimo livello (su tio.ch/sport trovi tutti i risultati), continuerà oggi con le ultime sei sfide in programma. Alle ore 18.45 si potranno seguire Feyenoord-Bayer Leverkusen e Stella Rossa-Benfica. Alle 21 scatteranno invece Atalanta-Arsenal, Atl. Madrid-Lipsia, Brest-Sturm Graz e Monaco-Barcellona.

Un infortunio

HOCKEY In occasione della prima partita stagionale giocata martedì contro il Rapperswil, l'attaccante dell'Ambrì Floran Douay ha subìto una frattura all'alluce del piede sinistro. Per questo motivo il classe 1995 sarà assente per un periodo stimato in 3-4 settimane.

Alinghi fuori

VELA La zampata nella sesta regata non è bastata ad Alinghi, eliminata nella semifinale di Louis Vuitton Cup per mano di Ineos Britannia. I rossocrociati avevano accorciato le distanze, salvo poi arrendersi 2-5 al termine della settima prova. Tutto aperto nell'altra semifinale dove, squalificata nella sesta regata e frenata dalla rottura della randa in quella successiva, Luna Rossa si è vista avvicinare da American Magic. La barca italiana comanda ora 4-3 in una serie best of nine.

IMPRESSUM

Copie stampate al giorno
310 927 esemplari CH-T
131 249 esemplari CH-R
22 580 esemplari CH-I
Total Audience CH 2890

Lettori, dati da Mach Basic 2022-1:
935 000 lettori D-CH
352 000 lettori W-CH
65 000 lettori I-CH

Casa editrice: 20 minuti Ticino SA
Editori: Giacomo Salvioni, Pietro Supino
Direttore: Gianni Giorgetti
Caporedattore: Sal Feo
Caporedattore tio.ch: Sal Feo
Indirizzo: Via Cantonale 20, 6942 Savosa
Telefono: Redazione: +41 91 985 70 38
Amministrazione: +41 91 985 70 20
Fax: Redazione: +41 91 985 70 39
Amministrazione: +41 91 985 70 39
Email: Redazione: redazione@20minuti.ch
Pubblicità: pubblicita@20minuti.ch
Distribuzione: distribuzione@20minuti.ch
Stampa: CENTRO STAMPA TICINO SA
Ombudsman: Ignaz Staub, CP 837; CH-6330 Cham 1; ombudsmann.tamedia@bluewin.ch

OROSCOPO

Ariete 21.3.–20.4.
Luna nel segno. Finalmente un po' di tranquillità, dopo le bufere dei giorni scorsi che si sono abbattute sul tuo segno e sulla tua vita privata. Oltre al sorriso, in questo giorno ritrovi la serenità di sempre nel rapporto di coppia, naturalmente se hai un partner che apprezzi e ami.

Toro 21.4.–20.5.
La Luna oggi si trova in un segno a te poco adatto. Poco male: anche se non tutto andrà alla perfezione, ottimismo e buon senso non ti mancano per affrontare le contrarietà. Ritagliatevi del tempo per il riposo e il relax. Vietato distrarti, anche solo un momento, dal rapporto di coppia.

Gemelli 21.5.–21.6.
Splendido giorno. Con la Luna amica in Ariete, il successo vi arride pienamente, in una giornata ricca di occasioni per ampliare la cerchia delle vostre conoscenze, valorizzarvi professionalmente. Se siete single, avete voglia di una storia d'amore seria e duratura. Che ci sarà!

Cancro 22.6.–22.7.
Una questione a carattere sentimentale non può più essere rimandata, quindi, non fare finta di niente, magari di non vederla. La quadratura della Luna in Ariete ti costringe a tenere un profilo basso nel lavoro. Trova del tempo da dedicare al riposo, ti attendono due giornate stressanti.

Leone 23.7.–23.8.
Potresti trovarti una sorta di bacchetta magica tra le mani che ti permette di alzare il volume dell'umore, di sbaragliare un avversario, di trovare la soluzione a un problema di lavoro. Grazie alla Luna favorevole, l'amore riprende quota, smalto e, soprattutto, interesse. Nuovi incontri.

Vergine 24.8.–23.9.
Migliora la situazione rispetto ai giorni scorsi, grazie alla Luna in Ariete che armonizza con Giove. Gran bella notizia per le tue tasche, se sei in attesa di una somma di denaro. Non si esclude la restituzione di una somma di denaro da parte di un amico. Più serenità in coppia.

Bilancia 24.9.–23.10.
Luna opposta in Ariete? Nessun problema, anzi. Il sestile con Giove è di ottimo auspicio al lavoro, se stai allargando la rete dei contatti e delle collaborazioni. In coppia tutto bene, con Venere nel segno; talmente bene da decidere un investimento di denaro per la vostra abitazione.

Scorpione 24.10.–22.11.
"Osa e accadrà", diceva qualcuno. Questo è il tuo motto odierno! Le tue antenne, infatti, non sbagliano un colpo: in questi giorni fiuti affari e situazioni con una sensibilità sorprendente. Una passeggiata in riva al mare al chiaro di luna, o sotto le stelle: cosa c'è di più romantico?

Sagittario 23.11.–21.12.
La Luna in Ariete, segno di fuoco come il tuo, alza di molto le tue quotazioni, dopo lo sbandamento dei giorni scorsi. Parla d'amore, se sei in coppia, ma anche se sei un single pronto a gettare il distintivo. Giornata splendida per tutto. A proposito, accetta un invito per un party.

Capricorno 22.12.–20.1.
Luna un filo storta in Ariete. Se arrivi ai ferri corti con qualcuno, parla chiaro. Se sei una persona timida, la prospettiva di un conflitto aperto non mancherà di spaventarti. Ma sarebbe un errore rinunciare a un confronto da cui non puoi che aspettarti... che risultati positivi.

Acquario 21.1.–19.2.
Dal punto di vista professionale potrebbe capitarti un'occasione, una di quelle da cogliere al volo: potrebbe essere molto redditizia sotto il profilo finanziario. Non scoraggiarti se il partner ti sembra di non essere entusiasta, come un tempo, della vostra relazione sentimentale.

Pesci 20.2.–20.3.
Vai al massimo. Con transiti così sarà difficile starti al passo! Sei di eccellente umore, circondato d'affetto e d'interesse da parte di colleghi e amici: puoi stabilire buone tattiche d'affari e contattare persone interessanti e utili. Accetta senza tante storie un invito per una cena...

METEO

Previsioni Meteo

Ticino